|  |  |
| --- | --- |
| Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  «РАССВЕТОВСКИЙ детский сад «ГНЕЗДЫШКО»   |  | | --- | | 368887 РД, ТАРУМОВСКИЙ район с.РАССВЕТ, ул. ДРУЖБЫ, 2 «в» |   СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО  На общем собрании работников Заведующий МКДОУ  МКДОУ « Рассветовский детский сад «Рассветовский детский сад  «Гнездышко» «Гнездышко»  Протокол № 2 «10» января 2020г \_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Войтишко  Приказ № 12 «10» января 2020г. |

**ПРОГРАММА**

**«ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ – ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК»**

2020г

# ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

|  |  |
| --- | --- |
| **1. НАИМЕНОВАНИЕ**  **ПРОГРАММЫ** | ПРОГРАММА «ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ –  ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК» |
| **2. ОСНОВАНИЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ** | -Конвенция о правах ребенка от 20.11.1989г.  -Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка» от24.07.1998г.  -Закон Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ  -СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 22.07.2010 № 91 (в редакции Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26)  -Письмо Департамента воспитания и социализации детей Минобрнауки России от 12 апреля 2012 г. No 06731  -Приказ Минздравсоцразвития России N 213 н, Минобрнауки России N 178 от 11.03.2012 "Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений»  -Устав МКДОУ. |
| **3.ИСТОЧНИКИ ФИНАНСИРОВАНИЯ** | Средства муниципального бюджета |
| **4. СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ** | 2019-2024г.г. |
| **5.РАЗРАБОТЧИКИ ПРОГРАММЫ** | Заведующий, медицинская сестра. |
| **6. ОСНОВНЫЕ**  **ИСПОЛНИТЕЛИ ПРОГРАММЫ** | Основными ответственными за исполнение программы являются: администрация МКДОУ, педагогический коллектив МКДОУ, работники пищеблока, родители. |

***«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным,***

***сделайте его крепким и здоровым».***

***Ж.-Ж. Руссо***

**ВВЕДЕНИЕ**

Программа составлена на основе методических рекомендаций по разработке программы курса по формированию культуры здорового питания обучающихся (Приложение к письму Минобр. от 10.01.2014 №01-25/0026).

В современных условиях одной из первостепенных социальных задач общества, как показателя уровня жизни на земле является здоровье человека. А одним из главных факторов, определяющих уровень общего состояния здоровья человека, является культура здоровья, которая закладывается в семье, обществе. Гармоничная в физическом и в духовном отношении жизнь человека, невозможна без организации правильного питания. В условиях нервно-психических перегрузок, высокой интенсификации умственного и интеллектуального труда, неблагоприятной экологической ситуации, сниженного социально-экономического статуса большинства населения — трудно переоценить значение рационального и сбалансированного питания. Рациональное питание, становится экономически выгодным, сохраняя не только состояние здоровья, но и играет значительную роль в предупреждении заболеваний, сохранения генофонда нации.

В дошкольном и школьном детстве, когда формируются все органы и системы человека, выстраивается его тело, формируется нервная система и психика, особенно важную роль играет организация правильного питания.

Недостаточность питания в этом возрасте может серьёзно нарушать физическое и умственное развитие ребёнка. От того, как человек питается, зависит его здоровье, настроение, трудоспособность.

Образование детей в сфере здоровья является необходимым условием выполнения требований Федерального Государственного образовательного

стандарта дошкольного образования, предъявляемого к любым образовательным учреждениям.

Питание как фактор риска, который негативно сказывается на росте, развитии и здоровье детей, некомпетентность в области здорового питания педагогических работников, воспитанников и их родителей, а также в целях

реализации идеи комплексного педагогического воздействия на целевые группы детей была составлена данная Программа по питанию.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Одним из приоритетных направлений деятельности государства и общества является обеспечение здоровья населения страны.

Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях представляет проблему большой социальной значимости, особенно в условиях современной сложной социально-экономической обстановки.

Основное время дети находятся в дошкольном учреждении. Поэтому от того, насколько правильно организовано питание в ДОУ, во многом зависит здоровье и развитие дошкольников.

Правильное питание – залог здоровья. По данным статистики только у 35% детей рацион и режим питания соответствуют гигиеническим требованиям.

В условиях недостаточной грамотности родителей, которые не уделяют необходимого внимания организации питания своих детей, возрастает роль организации питания, которое помимо возможности обеспечить каждого ребёнка основными пищевыми веществами, в том числе, незаменимыми (такими, как витамины и минеральные вещества), приобретает огромное воспитательное значение, так как позволяет сформировать у ребёнка оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания. На сегодняшний день ситуация с состоянием питания вызывает тревогу по целому ряду причин:

-современный мир с его техническим прогрессом разучил нас двигаться. Человек все меньше тратит свою собственную энергию, снижается двигательная активность, что неизбежно приводит к избыточному весу, ожирению.

-часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития;

-родители, не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания, имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. И, как следствие, дети не усваивают правил рационального питания.

Основные проблемы питания воспитанников связаны с нарушением питания вне стен учреждения (в т.ч. увлечение родителей фастфудом, чипсами, газированными напитками и т.д.).

Между тем, нарушение принципов рационального питания – верный путь к развитию многочисленных заболеваний желудочно-кишечного тракта, нервно-психической сферы, дыхательной и сердечно- сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата, возникновения стрессовых состояний, существенно снижающих эффективность образовательной деятельности и адаптацию к образовательному процессу.

Все вышеперечисленные факторы негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Проблему оздоровления населения в настоящее время, пытаются решить на разных уровнях государственной власти, общественных организаций и образовательных учреждений.

ФГОС ДО ориентирует образовательные организации на личностно- ориентированный подход, который направлен на приобретение ребенком личного опыта. И такой подход наиболее ценен для его развития, т.к. ребенок развивается в процессе самостоятельного взаимодействия с окружающим миром. Что же такое здоровье? По уставу ВОЗ, «здоровье – это не отсутствие болезни как таковой или физических недостатков, а состояние полного

физического, душевного и социального благополучия».

# ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ

- организация рационального питания воспитанников;

- обеспечение высокого качества и безопасности питания;

- обеспечение доступности и разнообразия питания дошкольников

- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания;

- пропаганда принципов здорового и полноценного питания.

# ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Цель**

– обеспечение здорового питания воспитанников в целях сохранения

и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний. Формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа

жизни.

**Программа разработана в соответствии с поставленными задачами:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Задачи** | **Содержание работы** |
| Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии,  принципам рационального и сбалансированного питания | разработка нормативно – правовой и технологической документации по организации дошкольного питания  создание системы производственного контроля  разработка сбалансированного меню  организация работы по С- витаминизации третьего блюда |
| Обеспечение доступности дошкольного питания | выплата компенсаций различным группам воспитанников  учет социального положения различных категорий семей воспитанников |
| Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в  питании | контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей  приоритет продукции производителей РФ  использование современных технологий приготовления |
| Модернизация материально – технической базы пищеблока | замена устаревшего технологического  оборудования на более новое и современное |
| Предупреждение( профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания | просветительская работа о соблюдении санитарных норм и личной гигиены  формирование у родителей грамотного отношения к детскому питанию |
| Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания | обучение персонала санитарному минимуму и работе на современном оборудовании  просветительская работа среди педагогов по вопросам питания |
| Пропаганда принципов здорового и полноценного питания.  Организация образовательно – разъяснительной работы по вопросам здорового питания | использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации питания детей дошкольного возраста  проведение в ДОУ мероприятий по формированию навыков здорового питания, культуры приема пищи |
| Совершенствование системы финансирования питания воспитанников, оптимизация затрат | организация контроля за соблюдением ценообразования, выделением и освоением финансовых средств |

# МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

**ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ И ОБЩЕСТВЕННЫЙ КОНТРОЛЬ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ ПИТАНИЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид контроля** | **Исполняющие контроль** |
| 1. Контроль за формированием  рационального питания | Заведующий  Медицинская сестра |
| 2. Входной производственный контроль | Заведующий  Медицинская сестра |
| 3. Контроль санитарно – технического состояния пищеблока | Заведующий  Медицинская сестра |
| 4. Контроль сроков годности и условий хранения продуктов | Роспотребнадзор,  Медицинская сестра  Заведующий |
| 5. Контроль за санитарным состоянием и санитарной  обработкой предметов производственного окружения | Роспотребнадзор,  Медицинская сестра |
| 6. Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены сотрудников МКДОУ | Медицинские осмотры |
| 7. Контроль за приемом пищи воспитанников | Заведующий  Воспитатель группы  Медицинская сестра |

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

* обеспечение воспитанников питанием, соответствующим возрастным

физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;

* обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
* отсутствие среди воспитанников инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
* сохранение и укрепление здоровья воспитанников;
* улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния пищеблока;
* повышение познавательного уровня развития детей в области правильного питания;
* улучшение знаний о правилах приема пищи, формирование основ культуры поведения за столом;
* информация, полученная родителями, поможет в корне пересмотреть семейное меню;
* развитие представлений о связи состояния здоровья с гигиеной питания, формированию представлений о необходимости и важности соблюдения режима питания, как одного из условий рационального питания.

# МОНИТОРИНГ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОГРАММЫ

* общественный контроль за организацией и качеством питания дошкольников осуществляет:
  + комиссия по питанию, в которую включены представители родительской общественности;
  + бракеражная комиссия;
  + комиссия по контролю закладки продуктов, в которую включены представители родительской общественности.
* информирование общественности о состоянии дошкольного питания через сайт МКДОУ;
* информирование родителей на родительских собраниях.

**ОРГАНИЗАЦИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ**

**ВОСПИТАННИКОВ.**

Рациональное питание ([лат.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) rationalis – умный) — разнообразное и сбалансированное по всем компонентам, физиологически полноценное питание здоровых людей. Рациональное питание является одним из главных компонентов [здорового образа жизни](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7_%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B8). Рациональное питание, является необходимым условием гармоничного роста и развития детей дошкольного возраста. В то же время, правильно организованное питание способствует повышению устойчивости организма к действию инфекций и других неблагоприятных внешних факторов.

Основным принципом питания дошкольников служит максимальное разнообразие их пищевых рационов. В повседневные рационы обязательно включены все основные группы продуктов – мясо, рыба, молоко и молочные продукты, яйца, пищевые жиры, овощи и фрукты, сахар и кондитерские изделия, хлеб, крупы для того, чтобы обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами.

Правильный подбор продуктов – условие необходимое, но еще недостаточное для рационального питания дошкольников. Необходимо стремиться к тому, чтобы готовые блюда были красивыми, вкусными, ароматными и готовились с учетом индивидуальных вкусов детей.

Другим условием является строгий режим питания, который должен предусматривать не менее 3 приемов пищи: завтрак, обед, полдник, причем три из них обязательно должны включать горячее блюдо.

Рациональное, здоровое питание воспитанников в организованных коллективах является необходимым условием обеспечения их здоровья. Полноценное питание - существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте. Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.

В организации питания большое значение имеют режим или ритм питания для каждой возрастной группы, правильное распределение рациона питания по отдельным приемам пищи. Немаловажное значение отводится кулинарной обработке, оформлению пищи и обстановке, в которой осуществляется ее прием, включая воспитание гигиенических навыков подготовки к приему пищи и правильное поведение во время еды.

Если в питании детей снижается потребление наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей и при этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля, то на первый план выходят следующие нарушения пищевого статуса:

-дефицит животных белков, достигающий 15–20% от рекомендуемых величин, особенно в группах населения с низкими доходами;

-дефицит полиненасыщенных жирных кислот на фоне избыточного поступления животных жиров;

-выраженный дефицит большинства витаминов: С - у 70–100% обследованных, витаминов группы В и фолиевой кислоты - у 60–80%, бета-каротина - у 40-60%.

*Питание воспитанников должно быть сбалансированным.* Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню дошкольника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Эти компоненты самостоятельно не синтезируются в организме, но необходимы для полноценного развития детского организма. Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

*Питание воспитанников должно быть оптимальным.* При составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. При оптимальной системе питания соблюдается баланс между поступлением и расходованием основных пищевых веществ. Понятие качественного питания предполагает прежде всего его рациональность, возможность восполнения энергетических затрат подрастающего организма при увеличении умственных и физических нагрузок.

**ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ.**

1.Адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей.

2.Сбалансированность рациона по всем заменимым и незаменимым пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, различные классы углеводов, витамины, минеральные соли и микроэлементы.

3.Максимальное разнообразие рациона, являющееся основным условием обеспечения его сбалансированности, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки.

4.Адекватная технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их высокие вкусовые достоинства и сохранность исходной пищевой ценности.

5.Исключение из рациона питания продуктов и блюд, способных оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения, а также продуктов, которые могли бы привести к ухудшению здоровья у детей с хроническими заболеваниями (вне стадии обострения) или компенсированными функциональными нарушениями органов желудочно- кишечного тракта (щадящее питание).

6.Учет индивидуальных особенностей детей (в том числе непереносимость ими отдельных продуктов и блюд).

7.Обеспечение санитарно-эпидемиологической безопасности питания,

включающее соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

Рацион питания детей различается по качественному и количественному составу.

Основой организации рационального питания детей в МКДОУ является

соблюдение рекомендуемых продуктовых наборов, а также разработанных на их основе типовых рационов питания (примерных меню). Выход блюд и кулинарных изделий предусматривается в соответствии с действующей нормативной и технологической документацией, которая представлена организацией, с которой заключен контракт на организацию питания в образовательном учреждении. С примерным меню можно ознакомиться на сайте МКДОУ: https://dag-rassve.tvoysadik.ru/

# ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВЫСОКОГО КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ ПИТАНИЯ

Важнейшим условием правильной организации питания детей является строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к пищеблоку и процессу приготовления и хранения пищи.

В целях профилактики пищевых отравлений и острых кишечных заболеваний работники пищеблока строго соблюдают установленные требования к технологической обработке продуктов, правил личной гигиены. Мероприятия, проводимые в детском саду:

- ежедневные медицинские осмотры персонала кухни;

- поступление продуктов питания и продовольственного сырья только с сертификатами;

- производится обработка продуктов питания: мяса, яиц, фруктов и овощей, банок;

- для приготовления пищи используются только разрешенные продукты;

- ежедневно ведется бракераж готовой продукции.

**МЕРОПРИЯТИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| Проведение бесед, в рамках недели здоровья «Детское питание» | 1 раз в год | воспитатель группы |
| Обсуждение вопросов питания на советах по питанию | 1 раз в квартал | заведующий |
| Ведение учета детей по группам здоровья.  Формирование групп здоровья по показателям | В течение года | медицинская сестра  воспитатель группы |
| Своевременное выявление воспитанников с инфекционными заболеваниями | В течение года | медицинская сестра |
| Организация своевременной сдачи  документации по выплате компенсаций по оплате за ДОУ | В течение года | Заведующий, бухгалтер |
| Ведение пропаганды здорового питания | В течение года | воспитатель группы |
| Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании воспитанников на родительских  собраниях «Основы формирования у ребёнка навыков здорового образа жизни.  Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребёнка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей» | 1 раз в квартал | Заведующий, медицинская сестра,  воспитатель группы |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Изучения отношения родителей к организации питания в ДОУ | 1 раза в год | воспитатель группы |
| Привлечение родителей к проведению мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, проводимых в ДОУ | В течение года | педагоги ДОУ |
| Помещение на стендах информации по организации питания | В течение года | воспитатель группы |
| Создание комиссии по проверке качества питания | Сентябрь | заведующий |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Составление распорядка дня, НОД для каждой возрастной группы | Сентябрь | заведующий |
| Рейд по проверке организации питания в ДОУ | Ежемесячно | Члены комиссии |
| Составление отчёта по проверке организации питания | Ежемесячно | заведующий |
| Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню | Ежедневно | медицинская сестра |

# ПЛАН РАБОТЫ КОМИССИИ ПО ПИТАНИЮ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Вид контроля** | **Периодичность** |
| 1. | Проверка осуществления процедуры входного контроля.  Проверка транспорта.  Оценка качества продуктов:  а) визуально (соответствие продуктов контракту,  б) товарная накладная, товарный ярлык.  Определение условий хранения и сроков реализации продуктов.  Ведение документации . | Ежедневно  (ответственным по питанию)  и по понедельникам 1 и 3 неделя месяца (комиссией по питанию). |
| 2. | Проверка закладки продуктов  Проверка технологического процесса приготовления блюд. соответствие технологии:  Проверка «выходного контроля» Контроль за правильностью отбора и хранения суточной пробы. | Ежедневно  (ответственным по питанию)  И по вторникам 2 и 4 неделя месяца (комиссией по питанию). |
| 3. | Общая проверка пищеблока.  1. Санитарное состояние.  2.Состояние оборудования.  3.Складская продуктовая. | Ежедневно  и по четвергам 1 и 3 неделя месяца (комиссией по питанию). |
| 4. | Организация питания в группах.  Санитарное состояние.  а) режим мытья посуды(экспресс-метод),  б) наличие моющих средств, ветоши, маркировки.  Сервировка стола.  Режим питания.  Соблюдение норм питания. Организация питания в группах.  Санитарное состояние.  а) режим мытья посуды(экспресс-метод),  б) наличие моющих средств, ветоши, маркировки.  Сервировка стола.  Режим питания.  Соблюдение норм питания.  Состояние оборудования.  Складская продуктовая. | Ежедневно  (ответственным по питанию)  И по вторникам 2 и 4 неделя месяца (комиссией по питанию). |
| 5. | Организация питания в группах.  Санитарное состояние.  а) режим мытья посуды(экспресс-метод),  б) наличие моющих средств, ветоши, маркировки.  Сервировка стола.  Режим питания.  Соблюдение норм питания. | Ежедневно  (ответственный по питанию)  И по четвергам 2 и 4 неделя месяца. |

**ПЛАН КОНТРОЛЯ ПОСТУПЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

Санитарное состояние машины

(*удовлетворительное/неудовлетворительное*)

Соблюдение санитарных норм температурного режима при перевозке продуктов (изотермический кузов, холодильный агрегат (*соблюдается /не соблюдается*)

Товарное соседство (*соблюдается /не соблюдается*)

Оформленная медицинская книжка у водителя (*имеется /не имеется*)

Соответствие данных товарно-транспортной накладной с маркировочным ярлыком (*соответствует /не соответствует*)

Соответствие продуктов государственному контракту (*соответствует /не соответствует*)

Срок реализации продуктов (*соблюдается /не соблюдается*)

Качество поступающих продуктов (*хорошее, удовлетворительное, неудовлетворительное*)

Наличие сертификатов на все виды продукции (*имеются /не имеются; в полном объеме – указать наименование продуктов, на которых нет*

*сертификатов*)

**КОМПЛЕКС МЕРОПРИЯТИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| I. Работа с воспитанниками | | | |
| 1. | Проведение бесед, в рамках недели здоровья «Мы за здоровый образ  жизни» | По плану | воспитатель группы |
| 2. | Конкурс плакатов  «Мы за правильное питание» | март | воспитатель группы,  родители |
| **II. Работа с педагогическим коллективом** | | | |
| 1. | Обсуждение вопросов горячего питания  на педагогических советах | 1 раз в квартал | воспитатель, |
| 2. | Ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья  по показателям. | В течение года | воспитатель группы |
| 3. | Своевременное выявление воспитанников  с заболеваниями ЖКТ. | В течение года | медицинская сестра |
| 4. | Ведение пропаганды здорового питания. | В течение года | воспитатель группы |
| **III. Работа с родителями** | | | |
| 1. | Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании воспитанников на родительских собраниях «Основы формирование у  ребёнка навыков здорового образа жизни.  Атмосфера жизни семьи как фактор  физического и психического здоровья ребёнка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных  заболеваний у детей». | 1 раз в квартал | воспитатель группы ,  медицинская сестра |
| 2. | Изучения отношения родителей к  организации питания в МКДОУ | 2 раза в год | воспитатель группы |
| 3. | Привлечение родителей к проведению мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, проводимых в МКДОУ. | В течение года | воспитатель группы |
| 4. | Помещение в родительский уголок  информации по организации питания | В течение года | воспитатель группы |
| **IV. Контроль за организацией питания и работой пищеблока** | | | |
| 1. | Создание комиссии по проверке качества  питания. | Сентябрь | старший воспитатель, |
| 2. | Составление НОД для каждой возрастной группы | Сентябрь | старший воспитатель, |
| 3 | Рейд по проверке организации питания | Ежемесячно | Члены комиссии |
| 4. | Составление отчета по проверке организации питания | Ежемесячно | Члены комиссии |
| 5. | Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню | Ежемесячно | Члены комиссии |

**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ С ДЕТЬМИ**

**МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Цели занятия** | **Форма**  **проведения занятия** |
| 1. | «Овощи и фрукты – витаминные продукты» | Дать представление о полезных  продуктах, формировать знания об овощах, фруктах. | Беседа |
| 2. | Чтение «Маша обедает»  С. Капутикян. | Обогатить позитивный эмоциональный опыт детей при освоении первых правил  поведения за столом. | Чтение х/л, с/р игра |
| 3. | «Напоим куклу Катю чаем» | Формировать умение последовательно выполнять  действия, называть предметы и действия с ними; развивать ласковое, заботливое  отношение к кукле. | Игровое занятие |
| 4. | Беседа «Что такое витамины?» Чтение «Азбука здоровья» С. Волкова | Дать представление о понятии *витамины,*  рассказать о пользе витаминов для организма. | Беседа, чтение х/л |
| 5. | «Полезные и вредные продукты» | Формировать знания о правильном питании. Развивать речь, мышление, умение  анализировать, сравнивать. | Д/и |
| 6. | «Накормим куклу кашей» | Формировать культурно- гигиенические навыки» Рассматривание тарелки, столовой ложки, салфеток. Развивать умения культурно -гигиенических навыков | Д/и |
| 7. | д/и «К кукле Маше пришли гости» | Научить простейшим действиям с сюжетными игрушками (кормление), прививать гигиенические навыки;  вызывать речевую активность;  воспитывать добрые чувства к кукле. | Д/и |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Воспитывать культурно- гигиенические навыки. |  |
| 8. | Беседа «Что хорошо, а что плохо»,  с/р игра «Навестим больную  куклу» | Закреплять знания детей о соблюдении правил за столом, воспитывать чувства  сопереживания, сострадания | Беседа, с/р игра |
| 9. | «Четвёртый лишний» | Классификация посуды по  назначению, использованию. | Д/и |
| 10. | «На Дне рождения» | Обобщить знания детей о сервировке стола, о некоторых продуктах питания;  закрепить навыки культуры еды, пользования чайной посудой;  воспитывать умение быть гостеприимными при встрече гостей | С/р игра |

**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ С ДЕТЬМИ**

**СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Цели занятия** | **Форма проведения занятия** |
| **1.** | Правильное питание-залог здоровья | Уточнение и закрепление знания детей правильном питании | Беседа с детьми |
| **2.** | «Если хочешь быть здоровым» | Дать представление о том, какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку | Сюжетно-ролевая игра «Идем в магазин». Игра соревнование «Разложи продукты на разноцветные столы». |
| **3.** | «Фрукты- полезные продукты» | Научить детей выбирать полезные продукты | Дидактическая игра «Поезд» |
| **4.** | «Как правильно есть» (гигиена питания) | Сформировать у детей представление об основных принципах гигиены питания. | Игра- обсуждение «Законы питания» (обсуждение стихотворения Чуковского «Барабек») |
| **5.** | «Удивительные превращения пирожка» | Дать представление о необходимости и важности регулярного питания, соблюдения режима. | Игра «Помоги Кубику и Бусинке». Д/и «Доскажи пословицу». |
| **6.** | «Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной» | Сформировать представление о завтраке, как обязательном компоненте ежедневного меню, различных вариантах завтрака. | Игра «Отгадай-ка». Игра «Угадай сказку» Игра «Поварята» |
| **7.** | «Плох обед, коли хлеба нет» | Формировать представление об обеде, как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, его структуре. | Венок из пословиц  Игра «Угадай-ка»  Игра «Секреты обеда» |
| **8.** | «Полдник, время есть булочки» | Познакомить детей с вариантами полдника, дать представление значимости молока и молочных продуктов. | Игра-демонстрация «Это удивительное молоко». Кроссворд «Молочные продукты». |
| **9.** | «Пора ужинать» | Формировать представление об ужине, как обязательном компоненте рациона питания, его составе. | Игра «Объяснялки» (объяснение смысла пословиц). Игра –демонстрация «Как приготовить  бутерброд». |
| **10.** | «Не вкус и цвет товарищей нет» | Познакомить детей с разнообразием различных вкусовых свойств различных продуктов и привить практические навыки распознания вкусовых качеств наиболее употребляемых продуктов | Практическая работа «Определи вкус продукта». Игра «Приготовь блюдо». |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 11. | Если хочешь пить. | Сформировать представление о значимости жидкости для  организма человека, ценности разнообразных напитков. | Игра – демонстрация «Из чего готовят соки?»  Игра «Праздник чая». |
| 12. | Что надо есть, если хочешь стать сильнее. | Сформировать представление о  связи рациона питания и образа  жизни, о высококалорийных продуктах питания. | Игра «Мой день».  Презентация полезных продуктов. |
| 13. | Где найти витамины весной? | Познакомить детей со значением витаминов и минеральных  веществ в жизни человека. | Игра «Отгадай название». Д/и «Морские продукты».  Игра «Вкусные истории». |
| 14. | Царица огородов - капуста | Познакомить с разнообразием видов капусты и ее полезными  свойствами. | Игра «Зайчата и крольчата» |
| 15. | Каждому овощу свое время. | Познакомить с разнообразием овощей и их полезными свойствами. | Сказка «Вершки, корешки». Игра «Какие овощи выросли на огороде».  Конкурс поделок из овощей. |
| 16. | Заключительное занятие.  День рождения. | Подведение итогов, умение детей делать самостоятельно выводы*.* | Игра «Доскажи словечко». Игра «Правильно – неправильно». |

**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ ВОСПИТАННИКОВ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Цель** | **Ответственные** | **Сроки**  **реализации** |
| 1. | Общее родительское собрание  «Организация здорового питания » | Помочь родителям в получении информации о правильном питании,  здоровье  дошкольника | Воспитатели групп,  администратор по питанию, медсестра | В течение учебного года, 1 раз в месяц |
| 2. | Консультация «Едим в кругу семьи» |
| 3. | Консультация «Основные свойства продуктов питания» |
| 4. | Индивидуальные беседы «Питание  ребёнка в детском саду» |
| 5. | Консультация  «Как помочь малоежкам?» |
| 6. | Консультация «Вредные продукты.  Какие болезни мы приготовили для своих детей?» |
| 7. | Индивидуальная беседа «Культура  поведения ребёнка дома и в детском саду» |
| 8. | Консультация «Вред жевательной  резинки» |
| 9. | Викторина «Мы здоровые ребята» |

***Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания детей дошкольного возраста.***

***Задачи администрации ДОУ :***

-Составление расписания непрерывной образовательной деятельности с обеспечением необходимого режима питания, с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста

-Контроль качества питания;

-Контроль обеспечения порядка вовремя прием пищи;

-Контроль культуры принятия пищи;

-Контроль проведения воспитательной работы с воспитанниками по привитию навыков культуры приема пищи.

***Обязанности медсестры и работников пищеблока:***

-Составление рационального питания на день и перспективного меню;

-Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;

-Обеспечение пищеблока качественными продуктами для приготовления пищи;

-Использование современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

***Обязанности воспитателей:***

-Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;

-Воспитание навыков культуры поведения во время приема пищи;

-Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье; Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

***Обязанности родителей:***

-Прививать навыки культуры питания в семье;

-Выполнять рекомендации педагогов ДОУ и медработников по питанию в семье.

принимать активное участие в проведение мероприятий ДОУ (досуги, праздники и т.д.)

***Обязанности воспитанников:***

-Соблюдать правила культуры приема пищи;

-Выполнять посильную работу по дежурству в группе;

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**  **ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО КОНТРОЛЯ**  **ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ В МКДОУ** | | | | |
| **№** | **Мероприятия** | **Дата** | **Ответственные** |
| **Организационная работа** | | | |
| 1. | Издание приказов по организации питания на учебный год | Сентябрь | заведующий |
| 2. | Заседание совета по питанию | 1 раз в месяц | заведующий |
| 3. | Контроль за состоянием и функционированием технологического оборудования | ежедневно | повар |
| 4. | Приобретение спецодежды для поваров | Май | Заведующий |
| 5. | Разработка нормативно-методической документации для организации контроля за  питанием детей в ДОУ | сентябрь | Совет по питанию |
| 6. | Замена посуды для пищеблока: кастрюли, тазы, ножи, доски; приобретение ведер для отходов. | В течение года | Заведующий |
| 7. | Своевременная замена колотой посуды. | По мере необходимости | Заведующий |
| 8. | Утверждение и апробирование новых технологических карт | по мере необходимости | Заведующий |
| 9. | Отчет по итогам организации питания. | декабрь | Заведующий |
| **Работа с родителями** | | | |
| 1. | Информирование родителей об ассортименте  питания детей (меню на сегодня). | ежедневно | медицинская сестра |
| 2. | Индивидуальное консультирование родителей  детей с плохим аппетитом. | по мере  необходимости | медицинская сестра |
| 3. | Консультирование по вопросам организации  питания детей в семье через уголки для родителей | 1 раз в месяц | воспитатель группы |
| 4. | Групповые родительские собрания «Питание – основа здоровья детей» | январь | воспитатель группы |
| 5. | Заседание родительского комитета по организации питания в ДОУ. Выполнение натуральных норм. | Март | заведующий |
| **Работа с кадрами** | | | |
| 1. | Проверка знаний СанПиНов повара | По утвержденному  плану | медицинская сестра |
| 2. | Консультация для младших воспитателей на  тему: «Организация процесса питания». | Октябрь | Медицинская сестра |
| 3. | Оперативный контроль «Привитие культурно -  гигиенических навыков». | Ежеквартально | Заведующий |
| 4. | Производственное совещание: «Отчет комиссии  по контролю за организацией питания детей в группах» | Декабрь | Заведующий |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| 5. | Плановая проверка «Состояние работы по организации питания детей». | февраль | медицинская сестра |
| 6. | Рабочие совещания по итогам проверки групп | 1 раз в месяц | заведующий |
| **Контроль за организацией питания** | | | |
| 1. | Осуществление осмотра при поступлении каждой партии продукции | ежедневно | Заведующий |
| 2. | Соблюдение правил хранения и товарного  соседства | ежедневно | Заведующий |
| 3. | Контроль за санитарным состоянием рабочего  места | ежедневно | медицинская  сестра |
| 4. | Соблюдение санитарных требований к отпуску готовой продукции | ежедневно | Бракеражная комиссия |
| 5. | Соблюдение и выполнение санитарно- эпидемиологических требований к организации  питания | ежедневно | медицинская сестра |
| 6. | Соблюдение технологических инструкций | ежедневно | медицинская сестра |
| 7. | Снятие суточной пробы и отбор для хранения | ежедневно | повар |
| 8. | Обеспечение С-витаминизации третьего блюда. | ежедневно | повар |
| 9. | Осуществление контроля качества продукции, наличия товаросопроводительных документов, ведение учётно-отчётной документации | постоянно | Заведующий |
| 10. | Контроль за закладкой продуктов на пищеблоке | ежедневно | Бракеражная комиссия |
| 11. | Осуществление входного контроля за условиями транспортировки продуктов питания от  поставщиков | по мере привоза продуктов | Заведующий |
| 12. | Контроль за организацией процесса кормления в группах | систематически | медицинская сестра |
| 13. | Контрольные взвешивания порций на группах | по мере необходимости | медицинская сестра |
| 14. | Соблюдение инструкций выполнения  технологических процессов на пищеблоке | постоянно | повар, заведующий |
| 15. | Соблюдение графика выдачи готовой  продукции на группе | ежедневно | Заведующий |
| 16. | Контроль за состоянием уборочного и  разделочного инвентаря на пищеблоке. | 1 раз в месяц | медицинская сестра |
| 17. | Контроль за температурным режимом в  холодильных установках. | ежедневно | Заведующий |
| 18. | Снятие остатков продуктов питания на складе | 1 раз в месяц | Заведующий |
| 19. | Анализ выполнения натуральных норм питания | 1 раз в месяц | медицинская сестра |
| **Работа с поставщиками** | | | |
| 1. | Заключение договора на поставку продуктов. | 1 раз в квартал | заведующий |
| 2. | Подача заявок на продукты. | 2 раза в неделю | Заведующий |
| 3. | Постоянный контроль за качеством поставляемых продуктов. | По мере поступления | Совет по питанию |